

MIS PERSONAS DE CONFIANZA

Educación emocional

Las personas que nos quieren nos pueden ayudar en nuestros momentos más difíciles.

Necesitamos encontrar a la persona o las personas con quienes nos sintamos bien compartiendo y hablando de nuestras emociones, nuestras dificultades o nuestros miedos y que sepamos que estarán dispuestos a creernos y ayudarnos. Aunque no todas las personas puedan ser una persona de confianza, siempre podemos encontrar alguna persona dispuesta.



MIS PERSONAS DE CONFIANZA

ACTIVIDAD

En el siguiente espacio coloca una mano, con la otra dibuja el contorno y luego escribe en cada dedo el nombre de una de tus personas de confianza con quienes puedes hablar de tus emociones y sentimientos.



MIS PERSONAS DE CONFIANZA

